

HUBUNGAN PERUBAHAN CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*) DENGAN DEPRESI PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DAN TRIMESTER III DIPUSKESMAS TILANGO KABUPATEN GORONTALO

Redha Rahmatia Gani

Hendro Bidjuni

Jill Lolong

Email : Redharahmatia@yahoo.com

Abstract: *Pregnancy will bring physiological changes in the body of pregnant women. One of them is the shape of the body. These changes will have an impact on changes in body image that can be a trigger of depression. Objective: To determine the related of changes body image with depression during pregnancy by trimester II and Trimester III on Tilango Primary Health Center, Kabupaten Gorontalo. Method: The type of this research used analityc descriptive and using cross sectional design. Data were analyzed by using a computer through Pearson chi-square test (X^2) at 95% significance level ($\alpha \leq 0.05$). Result: The results of the chi-square test statistic obtained $p = 0.533$. This shows the value of p is greater than α (0.05). the statistics determined that there was no significant related of changes body image with depression of pregnancy woman by Trimester II dan Trimester III on Tilango Primary Health Center, Kabupaten Gorontalo. Suggestion: It is expected that the side of Tilango primery health center, Kabupaten Gorontalo for more attention to the physiological aspects without compromising the psychological aspect of pregnant women's own.*

Keywords : *Body Image, Depression, Woman Pregnant women*

Abstrak : Kehamilan akan membawa perubahan fisiologis pada tubuh ibu hamil. Salah satunya yaitu bentuk tubuh. Perubahan ini akan berdampak pada perubahan citra tubuh (*body image*) yang bisa menjadi pemicu terjadinya depresi. Tujuan: Untuk mengetahui hubungan perubahan citra tubuh (*body image*) dengan depresi pada ibu hamil trimester II dan trimester III di Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo. Metode Penelitian: deskriptif analitik melalui pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian sebanyak 57 responden dengan menggunakan teknik *total sampling*. Data dianalisis dengan menggunakan komputer melalui *uji pearson chi-square (X^2)* pada tingkat kemaknaan 95% ($\alpha \leq 0,05$). Hasil penelitian: hasil uji statistik *chi-square* diperoleh $p=0,533$. Hal ini menunjukkan nilai p lebih besar dari α (0,05) dan dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan perubahan citra tubuh (*body image*) dengan depresi pada ibu hamil trimester II dan trimester III di Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo. Saran: Diharapkan kepada pihak Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo agar lebih memperhatikan aspek fisiologis tanpa mengesampingkan aspek psikologis ibu hamil itu sendiri.

Kata Kunci: Citra tubuh, Depresi, Ibu hamil

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses bergabungnya sperma dan ovum untuk menciptakan suatu sel tunggal yang disebut dengan zigot, yang kemudian menggandakan diri berkali-kali melalui pembelahan sel untuk menjadi lahir. Dalam banyak masyarakat definisi medis dan legal kehamilan dibagi dalam tiga periode trimester untuk melihat perkembangan fisiologis dan psikologis kehamilan Papilia, 2008 (dalam Janiwarty, 2013).

Perubahan psikologis yang terjadi pada trimester I ada rasa kebahagiaan pada ibu, adanya perubahan hormonal, dan *morning sickness*, pada trimester II perubahan bentuk tubuh terjadi begitu cepat dan terlihat jelas. Perubahan yang terjadi meliputi pembesaran abdomen, penebalan pinggang, dan pembesaran payudara. Pada awal kehamilan, pandangan ibu terhadap perubahan terlihat positif, namun seiring perkembangan kehamilan pandangan ibu terhadap tubuhnya akan berubah menjadi lebih negatif. Lanjut pada trimester III dengan bentuk tubuh yang semakin membesar akan muncul rasa tidak nyaman yang berlebih pada ibu yang membuat ibu semakin tidak sabar untuk menyudahi kehamilannya (Henderson dan Jones, 2006).

Perubahan psikologi setiap trimester pada wanita hamil tidak terlepas dari dampak perubahan yang khas dalam segi fisik dari setiap proses kehamilan yang dialami wanita hamil. Uraian terhadap perkembangan psikologi di atas menunjukkan adanya perubahan “citra tubuh” pada ibu hamil atau yang dalam istilah asing disebut *body*

image. citra tubuh (*body image*) merupakan gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya; bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dia rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas bagaimana kira-kira penilaian orang lain terhadap dirinya Honigman & Castle (2002) (dalam Sitorus, 2011).

Perubahan Citra Tubuh (*body image*) menghasilkan sikap positif dan negatif pada setiap wanita (Sari, 2010). Wanita yang memiliki citra tubuh negatif atau ketidakpuasan terhadap tubuhnya, akan lebih mudah mengalami depresi dari pada yang merasa puas akan tubuhnya. Seperti yang diungkapkan Goldfield dari hasil penelitiannya, bahwa seorang wanita yang merasa tidak puas dengan tubuhnya menunjukkan adanya gejala depresi yang lebih berat, seperti *anhedonia*, harga diri negatif, dan tingginya angka depresi dari pada yang memiliki kepuasan tinggi (Hasni, 2013). Penelitian serupa juga mengatakan, bahwa investasi disfungsi citra tubuh (*body image*) dapat merusak kesejahteraan pada psikologis wanita salah satunya yaitu depresi Markland, 2011 (dalam Kartikasari, 2013).

Depresi merupakan gangguan *mood* yang muncul pada 1 dari 4 wanita yang sedang hamil. Penelitian menunjukkan, bahwa prevalensi ibu hamil dengan gangguan depresi sebanyak 7%-25% dan dapat terjadi dalam tahapan kehamilan trimester I (7,4%), trimester II (12,3%) dan pada trimester III (12,0%). Prevalensi depresi pada ibu hamil lebih tinggi terjadi pada usia kehamilan 32 minggu 13,5% dibandingkan dengan 2 minggu

pasca melahirkan 9,1% (Hapisah, 2012).

Depresi selalu melanda mereka yang sedang hamil, tetapi sering dari mereka tidak pernah menyadari depresi, ini karena mereka menganggap kejadian ini merupakan hal yang lumrah terjadi pada mereka, padahal jika tidak ditangani dengan baik dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan bayi (Kurniawan, 2013).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2013 yang dilakukan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Badan Litbangkes) Kementerian Kesehatan di 33 provinsi dan 497 kabupaten/kota ini mengungkapkan angka kematian ibu masih jauh di atas angka 118 per 100.000 kelahiran hidup, dan ini masih merupakan angka yang cukup tinggi dan masih terus menjadi tantangan besar bagi pemerintah (Riskesdas, 2013).

Peran dokter, bidan, dan perawat serta pihak-pihak terkait lainnya sangat diperlukan dalam menangani hal ini. Peran dokter, bidan, dan perawat tidak hanya meliputi pengetahuan dalam bidang anatomi, fisiologi, biokimia dan sebagainya tetapi juga termasuk pengetahuan psikologi, karena aspek fisik dan psikis adalah dua hal yang berkaitan erat dan keduanya saling mempengaruhi antara satu dan lainnya.

Sejalan dengan hal di atas Janiwarty (2013) juga mengemukakan, bahwa masalah yang dihadapi saat ini kurangnya perhatian dokter, bidan, dan perawat dalam masalah-masalah psikologi yang dialami ibu hamil karena penanganan dan perawatan lebih difokuskan pada aspek fisiologis itu sendiri, sedangkan aspek psikologis kurang mendapat perhatian.

Pada survei awal yang dilakukan di wilayah penelitian setempat dengan mewawancarai lima dari ibu hamil trimester II dan trimester III mengungkapkan rasa khawatir akan berat badan yang terus bertambah tidak akan kembali seperti berat badan dahulu setelah melahirkan nanti dan juga mengaku merasa terganggu dengan munculnya garis hitam di permukaan kulit, hal ini menunjukkan adanya masalah dengan perubahan citra tubuh (*body image*) saat hamil.

Gambaran di atas menjadikan penelitian ini menarik untuk diteliti. Untuk itu sasaran penelitian ini difokuskan pada hubungan perubahan citra tubuh (*body image*) dengan kejadian depresi pada ibu hamil trimester II dan trimester III. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah perubahan citra tubuh (*body image*) yang dirasakan bisa berdampak depresi pada ibu hamil.

Adapun penelitian ini akan dilakukan pada ibu hamil yang tercatat di Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo. Berdasarkan data awal yang ada di puskesmas setempat terdapat populasi ibu hamil berjumlah 58 orang yakni 16 ibu trimester I, 22 ibu trimester II, dan 20 ibu trimester III. Penelitian ini akan dilakukan dengan menampilkan judul “Hubungan Perubahan Citra Tubuh (*Body Image*) dengan Depresi pada Ibu Hamil Trimester II dan Trimester III di Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif analitik melalui pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo.

Alokasi waktu penelitian dilakukan pada selang bulan Juni – Juli 2014.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang tercatat di Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo yang berjumlah 58 orang yaitu trimester I berjumlah 16 orang, trimester II berjumlah 22 orang, dan trimester III berjumlah 18 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah keseluruhan ibu hamil yang tercatat di Puskesmas Tilango dengan kehamilan trimester II dan III yang berjumlah 40 orang, dengan kriteria Inklusi adalah ibu hamil dengan kehamilan trimester II dan trimester III.

Instrumen yang digunakan yaitu kuisioner skala *body image* yang sudah tersedia dan telah diuji validitasnya oleh penyusunnya untuk mengukur perubahan citra tubuh (*body image*) dan kuisioner DASS (*Depression Anxiety and Stress Scale*) suatu instrumen baku untuk mengukur depresi.

penggolongan kategori citra tubuh (*body image*) yaitu sebagai berikut;

Jumlah item = 27

Skor tertinggi = $27 \times 4 = 108$

Skor terendah = $27 \times 1 = 27$

Mean Teoritik = (Skor Tertinggi + Skor Terendah)

= $(108 + 27) : 2 = 67,5$

Berdasarkan perhitungan di atas diperoleh distribusi frekuensi *body image* responden yaitu semakin tinggi skor total skala *body image* (≥ 67) yang diperoleh subjek yaitu semakin positif pula citra tubuhnya, demikian juga sebaliknya semakin rendah skor total (< 67) yang diperoleh subjek, maka semakin negatif citra tubuhnya. Tinggi rendahnya skor total *body image* yang diperoleh subjek mengindikasikan positif dan

negatifnya *body image* subjek (Husna, 2013).

DASS (*The Depression Anxiety and Stress Scale*) terdiri dari 21 item. DASS merupakan seperangkat skala subyektif yang dibentuk untuk mengukur status emosional negatif dari depresi, kecemasan, dan stres. DASS terdiri dari 7 pertanyaan untuk depresi (3, 5, 10, 13, 16, 17, 21), 7 item pertanyaan untuk kecemasan (2, 4, 7, 9, 15, 19, 20), dan 7 pertanyaan untuk stres.

DASS dibentuk tidak hanya untuk mengukur secara konvensional mengenai status emosional, tetapi untuk proses yang lebih lanjut untuk pemahaman, pengertian dan pengukuran yang berlaku dimanapun dan status emosional, secara signifikan biasanya digambarkan sebagai depresi, kecemasan, dan stres.

Skala DASS tidak dilakukan uji validitas karena skala DASS merupakan instrument baku dengan nilai koefisien alfa depresi 0,947, ansietas 0,897, dan stres 0,933.

Tabel 4.2 Penilaian Pernyataan Dengan Memberi Skor

Skor	Pernyataan
0	Tidak pernah dialami
1	Jarang dialami
2	Sering dialami
3	Setiap hari dialami

Sehubungan dengan judul penelitian ini dimana hanya mengukur tingkat depresi maka untuk item pertanyaan yang di ambil dalam skala DASS hanya sebatas pertanyaan yang berhubungan dengan depresi sedangkan untuk pertanyaan kecemasan dan stres tidak dicantumkan dalam kuisioner.

Kategori tingkat depresi dalam instrumen DASS terdiri dari normal, ringan, sedang, berat, dan sangat berat. Jumlah skor dari pernyataan item tersebut, memiliki makna 0-4 (normal), 5-6 (depresi ringan), 7-10 (depresi sedang), 11-13 (depresi berat), > 14 (depresi sangat berat) (Lovibond, 2003).

Data yang dikumpulkan selanjutnya dilakukan pengolahan melalui tahap sebagai berikut: *editing, coding, processing* dan *cleaning*.

Untuk melihat hubungan perubahan citra tubuh (*body image*) dengan depresi pada ibu hamil, menggunakan analisis univariat untuk mengidentifikasi perubahan citra tubuh (*body image*) dan mengidentifikasi depresi pada ibu hamil trimester II dan Trimester III, kemudian analisis bivariat untuk melihat hubungan kedua variabel. Data dianalisis dengan menggunakan komputer melalui *uji chi-square* (X^2) pada tingkat kemaknaan 95% ($\alpha \leq 0,05$).

Etika dalam penelitian ini adalah *informed consent, anonymity, dan confidentiality*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Ibu

Umur	Jumlah	%
18 – 20 Tahun	4	10
21 – 30 Tahun	23	57,5
31 – 40 Tahun	11	27,5
> 41 Tahun	2	5
Total	40	100,0

Sumber : Data Primer, 2014

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Ibu

Pekerjaan	Jumlah	%
GURU	2	5
HONORER	3	7,5
MAHASISWA	3	7,5
PNS	4	10
SWASTA	3	7,5
WIRASWASTA	1	2,5
IRT	24	60
TOTAL	40	100

Sumber : Data Primer, 2014

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan BB Ibu Sebelum Hamil

BB (Kg)	Jumlah	%
36 – 40	3	7,5
41 – 50	18	45
51 – 60	12	30
61 – 70	7	17,5
Total	40	100

Sumber : Data Primer, 2014

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan BB Ibu Sekarang

BB (KG)	Jumlah	%
35 – 40	1	2,5
41 – 50	3	7,5
51 – 60	15	37,5
61 – 70	16	40
71 – 80	4	10
>81	1	2,5
Total	40	100

Sumber : Data primer 2014

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Citra Tubuh

Citra Tubuh	Jumlah	%
Positif	26	65
Negatif	14	35
Total	40	100,0

Sumber : Data Primer, 2014

Tabel 6. Distribusi frekuensi berdasarkan

Depresi	Jumlah	%
Normal	10	25
Ringan	9	22,5
Sedang	11	27,5
Berat	4	10
Sangat Berat	6	15
Total	40	100,0

Sumber : Data Primer, 2014

Tabel 7. Hubungan Citra Tubuh (Body Image) Dengan Depresi Pada Ibu Hamil Trimester II dan Trimester III

		DEPRESI					ρ
		N	R	S	B	S B	
CITRA	(+)	8	7	6	2	3	26
TUBUH	(-)	2	2	5	2	3	14
Total		10	9	11	4	6	40

Sumber : Data primer 2014

Berdasarkan karakteristik dari masing-masing variabel independen (perubahan citra tubuh) dan variabel dependen (depresi pada ibu hamil) di dapatkan frekuensi umur ibu hamil di Puskesmas Tilango terbanyak yaitu umur 21-30 tahun berjumlah 23 orang (57,5%). Berdasarkan hasil penelitian jumlah ibu dengan citra tubuh negatif tertinggi ditemukan pada ibu dengan umur 21-30 tahun yaitu berjumlah 8 orang.

Salah satu faktor yang mempengaruhi citra tubuh (*body image*) pada seorang wanita yaitu umur. Menurut Lemme (dalam Andranita, 2008), bahwa kategori umur usia dewasa muda pada wanita dimulai dari umur 18 tahun berakhir sampai 40 tahun, dan usia dewasa

muda akan lebih rentan terkena depresi ketika memiliki ketidakpuasan terhadap citra tubuhnya, hal ini seperti yang diungkapkan Polivy dan Mcfarlane, bahwa sebagian besar usia remaja dan usia dewasa muda melaporkan bahwa mereka merasa depresi, stress, bersalah, malu, tidak aman dan tidak puas terhadap tubuh mereka (Nugraha, 2010).

Dari hasil penelitian menunjukkan frekuensi ibu dengan jenis pekerjaan ditemukan pekerjaan ibu hamil terbanyak adalah sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) yaitu 24 orang (60%), dan dari hasil penelitian menunjukkan bahwa citra tubuh positif tertinggi terdapat pada ibu hamil dengan pekerjaan IRT, dan juga untuk hasil depresi tertinggi terdapat pada ibu dengan pekerjaan sebagai IRT yakni berjumlah 19 orang (57,5%).

Pekerjaan memiliki keterkaitan dalam mempengaruhi citra tubuh seorang wanita, karena pekerjaan selain dibutuhkan keahlian juga dituntut penampilan yang menarik demi menunjang karir seseorang. Citra tubuh seseorang lahir dan terbentuk dari pendapat-pendapat orang lain terhadap dirinya. Hal ini ditambah pula dengan iklan-iklan yang selalu menempatkan kecantikan sebagai modal untuk menarik perhatian orang lain serta selalu menekankan kepada keunggulan kecantikan fisik (Andranita, 2008).

Frekuensi berat badan ibu yaitu dengan perhitungan ukuran berat badan yang bertambah dengan membandingkan berat badan ibu sebelum dan saat hamil ditemukan jumlah berat badan yang bertambah tertinggi yaitu 1-5 kg berjumlah 20 orang. Dari hasil penelitian menunjukkan ibu dengan citra tubuh

tertinggi yaitu citra tubuh positif berjumlah 25 orang (70%). Untuk hasil depresi terdapat 30 orang depresi. Depresi tertinggi ditemukan pada ibu dengan penambahan berat badan 1-5 kg sejumlah 14 orang.

Citra tubuh (*body image*) tertinggi pada ibu hamil di Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo yaitu citra tubuh positif yakni sebanyak 26 responden (65%).

Depresi pada ibu hamil di Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo yakni berjumlah 30 responden (72%) dan depresi tertinggi yaitu depresi sedang berjumlah 11 responden (27,5%).

Depresi selama kehamilan merupakan gangguan mood yang sama seperti halnya pada depresi yang terjadi pada orang awam secara umum, dimana pada kejadian depresi akan terjadi perubahan kimiawi pada otak.

Depresi juga dapat dikarenakan adanya perubahan hormon yang berdampak mempengaruhi mood Ibu sehingga Ibu merasa kesal, jenuh atau sedih. Selain itu, gangguan tidur yang kerap terjadi menjelang proses kelahiran juga mempengaruhi Ibu karena letih dan kulit muka menjadi kusam (Waluyo, 2011).

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* diperoleh $p=0,533$. Hal ini menunjukkan nilai p lebih besar dari α (0,05) dan dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan perubahan citra tubuh (*body image*) dengan depresi pada ibu hamil trimester II dan trimester III di Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo.

Perubahan bentuk tubuh selama kehamilan, tidak selamanya akan membawa perubahan citra tubuh pada ibu hamil. Price juga menyatakan bahwa bagi sebagian

besar wanita, kehamilan tidak menyebabkan perubahan citra tubuh karena kehamilan itu relatif bersifat sementara. Dalam masyarakat modern, para wanita menginginkan bentuk tubuh yang ramping dan memperoleh kebahagiaan dari penampilan fisik, namun kehamilan merupakan suatu kesempatan saat mereka diizinkan untuk menjadi besar (Handerson dkk, 2006).

Wanita hamil yang menyadari dirinya hamil akan sangat berbahagia untuk menanti kelahiran anaknya. Segala pengorbanan akan dilakukan semata-mata untuk memberikan yang terbaik bagi calon buah hatinya. Dengan mengurangi aktivitas berat sampai mengatur pola makan demi meningkatkan nutrisi demi menunjang kesehatan janin di dalam perut sang ibu tanpa mempedulikan perubahan bentuk tubuh yang semakin hari semakin membesar akibat penambahan berat badan yang terus bertambah.

Hal ini disebabkan bagi sebagian besar wanita hamil telah memahami bahwa, penambahan berat badan saat hamil bukanlah suatu yang harus dilebih-lebihkan, karena kenaikan berat badan yang masih dalam taraf ideal (9 – 12kg) memberikan kontribusi penting pada keberhasilan suatu kehamilan. Peningkatan berat ibu disimpan dalam bentuk lemak sebagai cadangan makanan untuk memenuhi kebutuhan perkembangan janin selama trimester terakhir dan untuk dipakai sebagai sumber energi diawal masa menyusui (Bobak, 2005).

KESIMPULAN

1. Persentasi perubahan citra tubuh (*body image*) pada ibu hamil trimester II dan trimester III di Puskesmas Tilango Kabupaten

- Gorontalo yaitu dengan citra tubuh tertinggi yakni citra tubuh positif.
2. Persentasi depresi tertinggi pada ibu hamil trimester II dan trimester III di Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo yaitu depresi sedang
 3. Tidak ada hubungan bermakna antara perubahan citra tubuh (*body image*) dengan depresi pada ibu hamil trimester II dan trimester III di Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo.

DAFTAR PUSTAKA

- Andranita, Marchanita. 2008. *Perbedaan Fokus Karir Antara yang pindah kerja dan tidak pindah kerja*, (Online), ([http://digital.126729-331.702AND.Literatur.pdf\(secured\).diakses tanggal 14 juli 2014, jam 22.05 WITA](http://digital.126729-331.702AND.Literatur.pdf(secured).diakses tanggal 14 juli 2014, jam 22.05 WITA)).
- Bobak, N. Irene, 2005. Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Edisi 4. Jakarta. EGC.
- Hapisah, Dasuki, and Prabandari, 2010. *Pregnant Women Depressive Symptoms And The Incidence Of Low Birth Weight*. (Online), (<http://jurnal.ugm.ac.id/bkm/article/view/3472>), diakses tanggal 22 maret 2014, jam 11:02 pm WITA.
- Henderson dan Jones. 2006. *Buku Ajar Konsep Dasar Kebidanan*. Jakarta :
- Buku Kedokteran EGC, hlm. 106.
- Husna, Nurlailatur. 2013. *Hubungan Antara Body Image Dengan Perilaku Diet Pada Wanita di Sanggar Senam Tari Rita*, (Online), (<http://lib.unes.ac.id/pdf>), diakses tanggal 18 april 2014, jam 11.00 WITA).
- Janiwarti dan Pieter. 2013. *Pendidikan Psikologis Untuk Bidan-Suatu Teori Dan Terapannya*. Yogyakarta : Bursa Ilmu Karangajen, hlm. 214.
- Kartikasari, Nina Yunita. 2013. *Body Dissatisfaction Terhadap Pshycological Well Being Pada Karyawati*, (Online), (<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/>), diakses tanggal 25 april 2014, jam 20.00 WITA).
- Lovibond, S. H. & Lovibond, P.f. (1995). *Manual for the Depression anxiety Stress Scales*. (2nd Ed) Sydney: Psychology Foundation.
- Nugraha, Julhairman A. 2010. *Pengaruh Kepuasan Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri Orang Yang Mengikuti Fitness Center* (Online) (<http://Repository.uin-jkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/691/Ju>

- lhairman-
FPS.pdf,.diakses
tanggal 14 juli 2014,
jam 22.05 WITA.
- Riskesdas. 2013. Hasil Riskesdas
2013- Departemen
Kesehatan Republik
Indonesia, (Online),
([http
:depkes.go.id/downlo
ads/riskesda2013/hasi
lriskesdas2013.pdf,.
diakses](http://depkes.go.id/downloads/riskesda2013/hasilriskesdas2013.pdf) tanggal 28
maret 2014, jam 19.00
WITA).
- Sitorus, R.R. 2011. *Gambaran
Citra Tubuh Pasien
Paska Amputasi di
Poliklinik Bedas
Ortopedi di RSUPH
H. Adam Malik,*
(Online),
([http:repository.usu.ac
.id/bitstream/1234567
89/22828/4/chapterII.
Pdf,.diakses](http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/22828/4/chapterII.Pdf) tanggal
30 april 2014, jam
12.00 WITA).
- Waluyo, Ngudi, 2012. *Gambaran
Pengetahuan Ibu
hamil Tentang
Bahaya Gambaran
kehamilan,* (Online),
([http://perpus.nwu.we
b.id/repository/nwu/d
ocuments/21.pdf,.
Diakses](http://perpus.nwu.web.id/repository/nwu/documents/21.pdf) tanggal 12
july 2014, jam 12.00
WITA).